



L'agriculture en Méditerranée

Longtemps traditionnelle, l'agriculture des régions méditerranéennes peu à peu se modernise depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale. L'électricité prend place dans les systèmes d'irrigation. La mécanisation, l'utilisation d'engrais chimiques et de pesticides assurent des rendements supérieurs. La génétique aide au choix des plantes pour des cultures plus performantes. D'agriculture d'auto-subsistance et de polyculture, elle commence à devenir une agriculture mono-spécifique de rente entrant dans l'économie du marché européen et mondial.

En jouant sur la spécificité des produits, la culture du vignoble et des oliviers se hisse au niveau mondial. Les vignobles s'étendent sur la rive nord de la Méditerranée et dans les trois pays du Maghreb, en Turquie et au Liban. Les efforts pour l'amélioration de la vinification et la délimitation des crus se révèlent efficaces pour l'exportation. L'obtention de label de qualité AOC (appellation d'origine contrôlée) des huiles d'olive mettent en compétition les Italiens, les Grecs, les Espagnols et les Tunisiens.

Le climat est un atout supplémentaire de la Méditerranée. Il permet la culture de primeurs, celle des agrumes, des fruits exotiques, du coton, des plantes à parfum. Pour devenir d'avantage compétitive, elle s'oriente également vers la culture biologique. 🌱



*Oliveraie à Djerba. SuperManu.
Travail personnel. CC-BY-SA-2.5*



*Verger d'orangers, Maroc.
Raoul Rives. Travail personnel. CC BY-SA 4.0*

*Vigne en tunnel, Afghanistan.
Andrew Teubes. CC BY-SA 2.0*



Les limites naturelles de la Méditerranée

Contrairement à l'idée que l'on s'en fait, le climat de la Méditerranée est très diversifié et ne se caractérise pas seulement par la culture de l'olivier et du figuier. Ce qui est certain, c'est que le climat ne semble pas avoir subi de changement notable depuis l'Antiquité. En revanche, l'emprise grandissante de l'homme a profondément marqué et transformé l'écosystème.

Zone d'effondrements, la Méditerranée est sujette depuis le tertiaire à d'importants phénomènes volcaniques qui déterminent des zones particulièrement fertiles, *Djebel Druze*, *Haurân* en Syrie, pentes du Vésuve, ou de l'Etna en Italie, qui sont surpeuplées, en dépit du danger.

C'est un milieu géographique contrasté où des plaines côtières réduites et longtemps inhabitées s'opposent à un intérieur montagneux : le *Tell* maghrébin, les hauts plateaux castillans, les *Pouilles* du Sud de l'Italie, le plateau anatolien.

Le climat varie de tempéré à très chaud en fonction de l'altitude. Dans les basses terres, les hivers et les printemps sont plutôt doux et pluvieux et les étés chauds marqués par une longue période de sécheresse. Les montagnes et les hauts plateaux intérieurs ont un climat rude, des pluies faibles. À ces montagnes calcaires s'opposent les plaines basses couvertes de riches alluvions ; entre les deux s'étagent des collines pouvant aller jusqu'à 2000 m. 📍

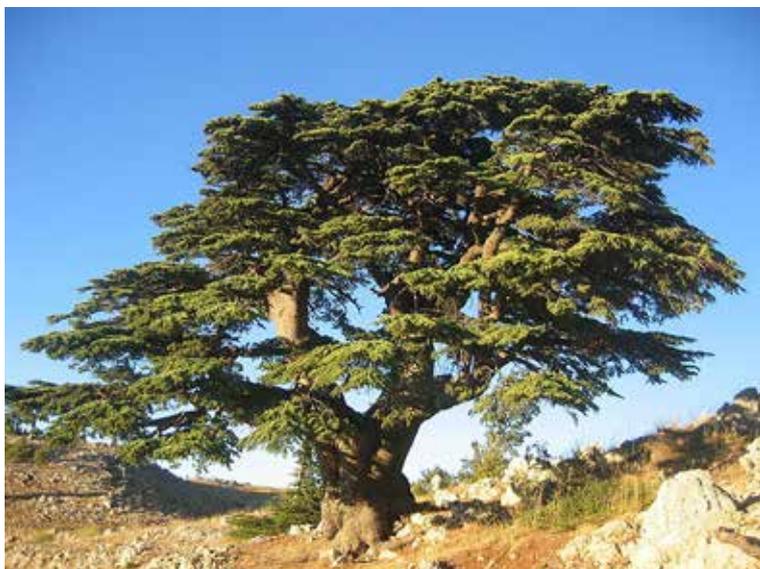
Chott Melgir, Algérie.
Yelles. Travail personnel. CC BY-SA 3.0



La steppe se développe sous les effets conjugués de la sécheresse, de l'insuffisance de l'humus et de l'intensité du vent qui font obstacle à la croissance des plantes. La steppe est formée de graminées, alfa ou drinn, de plantes bulbeuses : tulipes, jacinthes, narcisses. Dans les garrigues poussent le thym, le romarin, la lavande. Les steppes salées (chott ou sebkha en Algérie, Tunisie et Libye) portent une végétation de soudes et de salicornes. La steppe est le terrain de parcours des troupeaux.

Cèdre du Liban. Olivier Bezes.
Travail personnel. CC BY 2.5

La forêt de chênes et de conifères avec des arbres à feuilles persistantes, épaisses, coriaces, de couleurs ternes, est adaptée aux sécheresses prolongées. Depuis l'Antiquité, elle a été façonnée par l'homme. Il a utilisé les plus grands arbres pour les constructions marines. Il en a tiré le charbon de bois pour l'usage domestique et les industries du verre et de la fonte. Les éleveurs l'ont brûlé périodiquement pour dégager des pâturages.



Les paysages de Méditerranée

Les plaines côtières et les lagunes, humides et chaudes en été, se répartissent sur tout le pourtour de la Méditerranée. Insalubres, elles ont été longtemps inhabitées et destinées à l'élevage bovin, fournissant viande et animaux de trait. L'intérieur accidenté, les garrigues et les landes servent de pâturage aux moutons et aux chèvres auxquels s'ajoutent, en Libye, les dromadaires. Dans les pays chrétiens, le porc est élevé dans les chênaies.

Les plaines alluviales, aisément irrigables, permettent les cultures intensives de riz : *Albufera* de Valence, plaines de Sicile, de Camargue, *Myzeqeja* albanaise, *Ghouta* de Damas, delta du Nil. Les plaines fluviales de l'intérieur, les *vegas* espagnoles et la plaine du Pô sont riches en agrumes, légumes et primeurs.

Ces régions de cultures intensives, où les jardins sont clos, s'opposent aux plateaux de cultures extensives et ouvertes où croissent les céréales et aux moyennes montagnes où sont pratiquées les cultures mixtes et en terrasses d'oliviers, d'amandiers, de vignes, de figuiers, de caroubiers sur les versants sud et de châtaigniers, de chênes à glands comestibles sur les versants nord.



Culture du riz dans l'Albufera de Valence, Espagne.
Carla Antonini. Travail personnel. CC BY-SA 3.0

LA PÊCHE



La madrague, filet fixe muni d'une grande nasse, resta longtemps l'engin le plus efficace pour la capture des gros poissons migrateurs (thons, bonites) et petits (sardines, anchois, maquereaux).

Pierre Pomet, in *Histoire générale des drogues*. Gravure au burin. 1694.
Source gallica.bnf.fr / BnF

Les côtes rocheuses sont favorables à la petite pêche de poissons, coquillages, crustacés et mollusques, ainsi Bizerte (Tunisie) était célèbre pour ses huîtres. Les bateaux de petite taille ne sont pas armés pour de grandes pêches lointaines. Cette activité saisonnière vient en complément de l'agriculture.

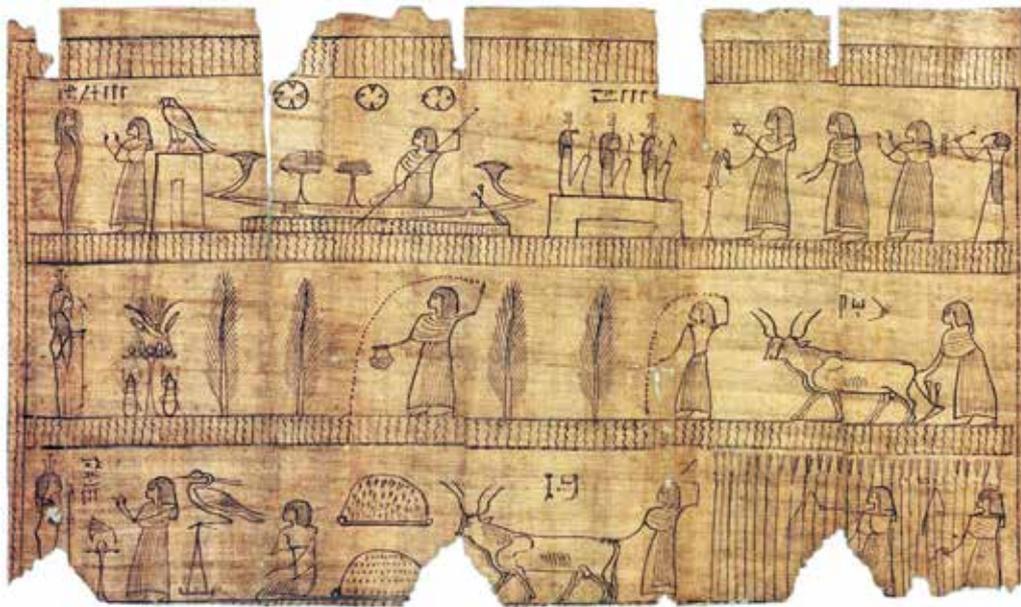
Aujourd'hui, si la surexploitation et la pollution ont encore réduit la production, la pêche a toutefois toujours été insuffisante. D'une façon générale, les habitants des îles de la mer Égée vivent plus de l'exploitation du sol que de celle de la mer. Dans l'île de Thasos, ce n'est qu'après l'arrivée de réfugiés de Turquie après 1918 que commence à se développer la pêche maritime.

Les lagunes ont été aménagées pour la capture des poissons migrateurs, à Murcie en Espagne, dans le lac de Bizerte, dans l'étang de Diane près d'Aléria en Corse où pénètrent les dorades.

Dans l'étang de Berre les *bordigues* sont célèbres depuis le XIII^e siècle pour leur prise d'anguilles et de loupes. L'anguille est encore pêchée dans l'étang de Biguglia, près de Bastia, comme dans les lagunes près d'Antioche, en Syrie. 🌐

De la naissance de l'agriculture au jardin

Le Croissant Fertile, au Moyen-Orient, est vraisemblablement le foyer où est née l'agriculture. Les recherches les plus récentes tendent à reculer ses débuts et à dissocier les premiers temps de l'agriculture d'avec la sédentarisation (entre 11000 et 9000 av. J.-C.) en s'appuyant sur l'exemple de ces agriculteurs nomades qu'on trouve encore et qui cultivent la terre et se déplacent avec leurs troupeaux.



Livre des Morts de Neshorprê, scènes d'agriculture (labour, moisson). Époque ptolémaïque.
Source gallica.bnf.fr / BnF

Au Néolithique, une grande variété de céréales est acclimatée en Méditerranée occidentale. L'orge s'impose pour sa croissance rapide qui sied autant aux populations nomades qu'à celles qui vivent dans les zones septentrionales où l'été est court. En outre son rendement est double de celui du froment même s'il a une moindre valeur nutritionnelle.

Le sorgho africain est connu en Égypte depuis le premier siècle de notre ère.

Jusqu'à la fin du XIX^e siècle, l'agriculture de subsistance domine avec en appoint la culture du ver à soie, de l'indigo et le coton pour l'artisanat. Le Méditerranéen est un jardinier de polyculture et de petit élevage. Il cultive tout au long de l'année, sans jachère, des parcelles de taille réduite qu'il irrigue dans la mesure du possible et engraisse avec les déchets des animaux qu'il élève. À cette culture jardinière s'oppose la culture des céréales en champs, avec assolement et jachère tous les deux ou trois ans. 🌱

Grains d'orge. © IMA



Champ de sorgho.
Alexandrin. Travail personnel.
CC BY-SA 3.0



Les plantes méditerranéennes

LES LÉGUMES

- ✦ Les légumes-feuilles à consommer en épinards sont la laitue, la chicorée, les poireaux, la bette ou poirée, le chou, l'artichaut, la mâche, la mauve ; les bourraches, raiponce, arroche, bonne-dame sont aujourd'hui presque oubliées.
- ✦ Les légumes-tiges : cardes, cardons et asperges que l'on cueille encore.
- ✦ Les racines sont nombreuses : carotte, rave, navet, panais, betterave, radis mais aussi des tubercules *Bunium bulbocastanum* (*talghoudha* au Maghreb) et *Arum italicum* (*begouga* au Maghreb) que l'on doit détoxiquer avant de les consommer.

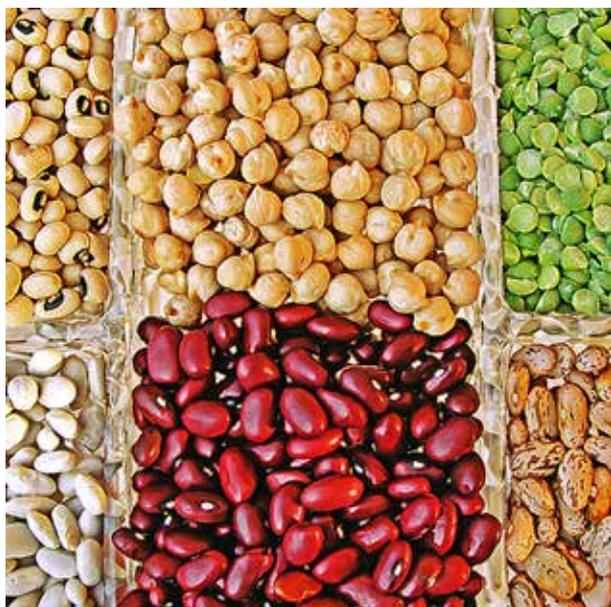


Asperges
© IMA



Radis roses
© IMA

Légumineuses. CCo 1.0



- ✦ Les graines des légumineuses complètent ou remplacent les céréales, lentilles, fèves, jarosse, pois, pois chiches, haricots à œil (*Vigna unguiculata*), lupins, vesces, gesses.

- ✦ Les légumes-fruits sont les courges, comme la pastèque africaine, les melons et concombres indiens.

- ✦ Les condimentaires ont une place de choix : persil, cerfeuil, sauge, ail, oignon, oseille, cresson, carotte.

- ✦ Les plantes aromatiques abondent, elles sont en général cueillies. Ce sont les labiées : thym, romarin, sarriette, menthe, menthe pouliot, les roses ou les ombellifères, anis,

cumin, carvi, fenouil, mâche, céleri, sans oublier le sylphium surexploité et disparu, le fenugrec, enfin les feuilles du laurier.

- ✦ Les champignons et les truffes sont très recherchés.



Thym, laurier. © IMA

LES FRUITS

Les fruits indigènes sont nombreux, l'azerole, l'alise, la corne sont des fruits contenant du tannin et qu'on ne mange que très mûrs, la myrtille des zones montagneuses, les mûres du mûrier noir ; les fruits à coque, noix, noisettes, amandes, pignons et châtaignes venant dans les hauteurs fraîches. Les glands ont occupé une place importante comme aliment de secours et fournissaient après détoxification une farine médiocre. Ils sont aujourd'hui une friandise. On connaît encore les jujubes que mangeaient les *Lotophages* d'Hérodote ; les arbouses du maquis. Le caroubier est encore cultivé pour ses gousses sucrées en Égypte, Algérie, Tunisie. Les fruits de l'arganier, endémique au Maroc, donnent une huile. En Égypte, on mange le fruit du sycamore.

Nombre de fruits se diffusent vers l'Ouest du bassin méditerranéen à partir du Moyen-Orient : la vigne, l'olivier, le figuier, le noyer, le pommier, le coing, le néflier, le prunier, le pêcher, l'abricotier dont Pline,

au I^{er} siècle, détaille plusieurs variétés. Les Phéniciens apportent à Carthage le grenadier asiatique. Le cédrat est

le premier agrume présent dans l'Antiquité moyen-orientale. On le croyait venu de Perse, d'où son nom de *Citrus medica* en référence aux Mèdes ; les juifs le transportent dans leurs migrations, surtout après la prise de Jérusalem en 70 par les Romains. Le général romain Lucullus rapporte de Cerasonte (Keressoun, sur la Mer Noire) à Rome le premier cerisier, probablement en 66 avant J.-C. et, au I^{er} siècle, Vitellius rapporte les pistaches d'Asie Mineure.

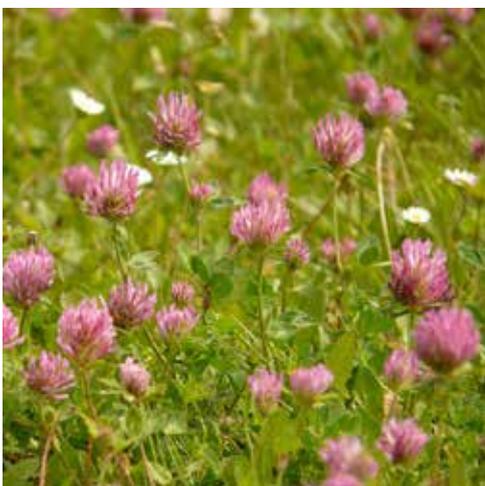


Cedrat. Johann Werfring. CC BY-SA 3.0



Jujubier, estampe tirée de l'Histoire Universelle des Végétaux, Pierre-Joseph Buc'hoz, 1771-1774. Source gallica.bnf.fr / BnF

LES CULTURES FOURRAGÈRES



Elles se développent dans les régions où il n'y a pas de pâtures pour les bêtes, on donnait des légumineuses, lupin, vesce, fenugrec, *Medicago arborea*, un arbuste, et les tiges des lentilles, orge, pois. *Bersim*, le trèfle d'Alexandrie, semble avoir été cultivé anciennement en Syrie. Le sainfoin d'Espagne, *sulla* au Maghreb, s'est répandu en Asie Centrale. Quant à la luzerne, elle est tôt arrivée d'Asie Centrale. 🌱

Champ de trèfle rouge. CCo 1.0

Les Arabes enrichissent les vergers et les potagers

Les Arabes introduisent et réintroduisent ou acclimatent avec succès des plantes majeures qui apportent un réel changement dans l'alimentation méditerranéenne. Ils cultivent le riz, la canne à sucre, les légumes comme les aubergines et les épinards ; les condiments comme le basilic d'Inde, l'estragon, le safran et le cumin. Ils créent de nombreuses variétés de fruits : grenade, orange bigarade, citron, lime d'Inde et de Perse, pêches, cerises, pommes, abricots, prunes, amandes d'Asie centrale, de Perse et du Caucase, enfin les melons et concombres indiens et la pastèque africaine.

✦ Le riz, originaire d'Asie méridionale, d'Indonésie et d'Inde, est tôt connu en Méditerranée orientale, mais non cultivé. Sophocle le mentionne en 495 avant J. -C. et Théophraste un peu plus tard vers 300 avant J. -C. Il est passé d'Inde aux basses terres d'Iraq, puis les Arabes le transportent en Égypte, en Afrique du Nord, en Sicile et en Espagne. Avec les armées de Charles-Quint, il arrive en Italie d'où il passe dans le midi de la France au XVIII^e siècle.

✦ La canne à sucre d'Océanie suit à peu près le même itinéraire et bénéficie des mêmes passeurs. On a des informations plus précises car pour sa culture, très éprouvante, on fait venir en Iraq du Sud des esclaves noirs d'Afrique de l'Est, appelés *Zanjs* qui se révoltent au IX^e siècle.

✦ La banane d'Océanie a vraisemblablement connu plusieurs voies. Le parcours via les Arabes en Méditerranée, où sa culture confinait aux régions les plus chaudes et humides, a été à l'origine de sa diffusion vers les Amériques.

Les Arabes développent les importations des épices d'Extrême-Orient (muscade, gingembre, cannelles réintroduites, grand et petit galanga, de la même famille que le gingembre, zédoaire, poivre long, cubèbe, cardamome), et, au XII^e siècle, la malaguette ou graine de Paradis d'Afrique forestière. Les importations modifient l'usage culinaire des épices au Moyen Âge dans l'Occident musulman et chrétien.



Cubèbe (poivre à queue). D. R.



Cardamome. CCo 1.0



Noix de muscade avec son arille, le macis. D.R.



Gingembre. CCo 1.0



Gousses de malaguette. D. R.



Cannelle. © IMA

Les plantes industrielles occupent également une place importante dans l'agriculture médiévale. Le coton cultivé en Égypte rend nécessaire la culture de plantes tinctoriales comme l'indigo et le carthame. Au XII^e siècle, les Arabes importent les techniques de la culture de la soie en Afrique du Nord, en Italie et en Espagne. Plus tard, la sériciculture occupera des régions entières en Provence, en Espagne, en Italie et au Moyen-Orient, transformant les paysages par les plantations de mûriers. 🌱

Fleur d'indigo.

Pancrat. Travail personnel. CC BY-SA 3.0



Fleur de Carthame. CCo 1.0



Cocon de ver à soie (bombyx du mûrier).

Gerd A.T. Müller. CC BY-SA 3.0



Champ de coton, Proche-Orient. CCo 1.0



Les légumes de l'Amérique investissent la Méditerranée

❖ « L'ALIMENTATION MÉDITERRANÉENNE » D'AUJOURD'HUI

Dès la fin du XV^e siècle, d'Amérique viennent le maïs, les haricots, les piments, les tomates, les pommes de terre, les potirons, dont la dernière née, la courgette, n'a pas plus d'un siècle et demi d'existence en Europe du Sud. Les figues de Barbarie, une cactée du Mexique, se répandent avec rapidité. À la fin du XVI^e siècle, les Portugais importent de Chine l'orange douce appelée *bortogal* (Portugal) en arabe.

Ces nouveaux légumes sont pour certains immédiatement adoptés : le maïs pour la grosseur de ses grains et sa productivité, les tomates pour leur jus et parce qu'elles remplacent les fruits acides, les piments, très productifs, qui se substituent au poivre, les potirons pour leur grande taille et leur culture facile.

Deux légumes américains, les tomates et les piments, sont non seulement adoptés mais transformés et diversifiés à l'infini par les jardiniers espagnols, italiens et hongrois.

Le succès du *Capsicum* « piment » s'est marqué dans le vocabulaire de nombreuses langues où il a pris le nom du poivre, l'épice la plus utilisée et qui semblait proche par son piquant. L'espagnol, le portugais et partiellement le français lui ont appliqué le mot piment qui, à la fin du Moyen Âge, était un adjectif signifiant épicé, on parlait par exemple de *vin piment*.

Dernier arrivé le tournesol, à fort rendement et dont on fait une huile. ❖



Les figues de barbarie sont des fruits, leur feuille, en forme de raquette, sert de fourrage, et leurs piquants sont garants d'une bonne protection en haie vive.
CC BY 2.5



Champ de maïs. CCo 1.0

Les noms du poivre et du piment appliqués à la nouvelle plante qu'est le piment (*Capsicum*).



Français	<i>poivre</i>	<i>piment</i>	<i>poivron</i>	<i>poivrade</i> <i>pimentade</i>
Latin	<i>piper</i>			
Franco-provençal	<i>pebre</i> (périgourdin)	<i>pimen</i> (périgourdin)		<i>pebrada</i>
Béarnais	<i>pébe</i>	<i>pipèr</i> « piment rouge » <i>pimén</i> , <i>pimentoù</i> « petit piment » - <i>espèci</i> (en Chalosse)	<i>peberót</i>	<i>peberade</i>
Espagnol	<i>pimienta</i>	<i>pimiento</i> , <i>pimiento</i> <i>picante</i>	<i>pimiento</i> , <i>pimiento</i> <i>morrón</i>	<i>pimentón</i>
Italien	<i>pepe</i>	<i>piménto</i>	<i>peperone</i> <i>peperoncino</i> , « poivron piquant »	<i>peperonata</i>
Portugais	<i>pimenta</i>	<i>pimentão</i>	<i>pimento</i> « piment doux »	
Grec (de Siké)	<i>piperi</i>	<i>pipérii kikino</i> « piment rouge »	<i>pipéria</i>	
Arabe	<i>felfel</i> <i>filfil</i> (Iraq)	<i>felfel ahmar</i> « poivre rouge » <i>flêfle</i> (Palestine)	<i>fulaïfula</i> « petit poivre »	
Tunisie	<i>felfel</i>	<i>felfel har</i>	<i>felfel zîna</i>	
Au Caire (Batteſti)	<i>felfel iswed</i>	<i>felfel</i>	<i>felfel rûmî</i> « poivre chrétien »	
À Siwa (Batteſti)	<i>afelfel</i>	<i>affelfela</i>		
Au Liban (Khawam)	<i>foufoul</i> <i>aswad</i> , noir <i>abyade</i> , blanc	<i>dâr foufoul</i>	<i>falfala</i> <i>hilwa</i>	
Turc	<i>biber</i>	<i>kirmizi biber</i> « poivre rouge »	<i>tane biber</i>	
Hongrois			<i>paprika</i>	
Maltais				
Serbe	<i>biber</i>	<i>peperone</i> : petit piment vert		

Les techniques agricoles

« Le Kabyle aime les arbres et la Kabylie, vaste verger soigné avec amour, voit prospérer figuiers, oliviers, orangers, grenadiers, chênes producteurs du gland comestible et frênes dont les feuilles servent de prairies aériennes à ce sol dénué d'herbes ». Charles Géniaux, 1917

Dans les plaines irriguées, les jardins sont subdivisés en carreaux ou en sillons autour desquels court une rigole où coule l'eau. On aménage au pied des arbres fruitiers et des palmiers un petit bassin qui retient l'eau.



Terrasses agricoles soutenues. Majorque.
Antoni Sureda CC BY-SA 3.0

co et *khamsin* « qui souffle pendant cinquante jours ». En Italie, en Provence et dans le Maghreb côtier, les haies denses des cyprès forment des murs contre les vents, plus au sud, certains palmiers sont efficaces contre les vents chauds et l'ensablement.



Les jardins de montagne résultent de travaux de terrassement qui transforment une pente en dizaines de petits plans étagés et que l'on s'efforce d'irriguer.

✦ **PLANTATIONS**

✦ Les haies sont faites d'épineux vivaces comme le jujubier, l'azerolier et depuis le XVI^e siècle le figuier de Barbarie, mexicain.

✦ Les arbres coupe-vent sont indispensables, que ce soit sur la rive nord de la Méditerranée où mistral et tramontane dessèchent et refroidissent l'atmosphère, sur la rive sud, avec des vents brûlants et desséchants eux aussi, sirocco et *khamsin* « qui souffle pendant cinquante jours ». En Italie, en Provence et dans le Maghreb côtier, les haies denses des cyprès forment des murs contre les vents, plus au sud, certains palmiers sont efficaces contre les vents chauds et l'ensablement.

✦ Les arbres fourragers se conservent pour nourrir les animaux dans les régions où les prairies sont réduites. Ainsi les frênes en Kabylie où les feuilles et les ramilles constituent de véritables « prairies aériennes » ou encore celles du mûrier et de la vigne que l'on ramasse au début de l'hiver.

Les arbres tels l'orme et l'olivier servent de tuteurs à la vigne, comme le maïs pour les haricots.

Palmiers devant la mosquée de Khanqah, Oman. CCo 1.0

PRATIQUES ET OUTILS

✦ On utilise les engrais animaux de toutes sortes, fumier du bétail, guano du poulailler et colombine des pigeonniers, ce dernier étant considéré comme le meilleur car très fin, il se mêle facilement à la terre des jardins. Ce sont aussi des engrais végétaux notamment les légumineuses qui, cultivées avant une céréale, lui procure une fertilité accrue. Les agronomes arabo-andalous, au XII^e siècle, recommandaient la culture du lupin avant celle de l'orge ou du blé.

✦ Il existe aussi des plantes ennemies de l'agriculture : le chiendent, les chardons. D'autres sont nuisibles pour le bétail et les ovins comme l'ail sauvage, l'asphodèle qui donnent mauvais goût au lait, ou vénéneuses : la belladone, la ciguë, le datura, l'euphorbe. À ces plantes s'ajoutent les oiseaux et les animaux destructeurs : chacal, hyène, sanglier, renard, mulot et enfin de nombreux insectes dont les sauterelles, qu'au mieux on peut manger.

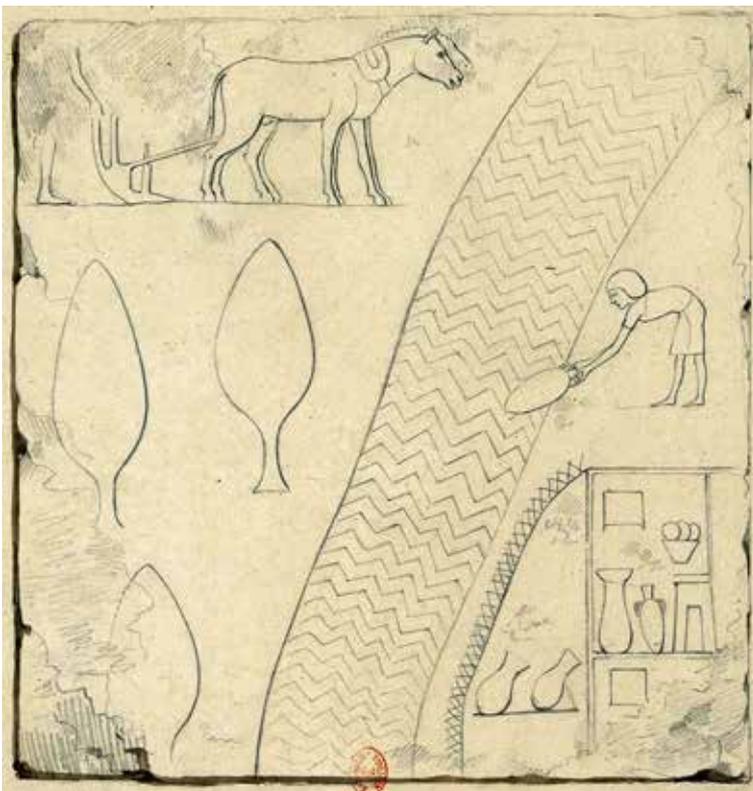


Euphorbe.
CC BY-SA 3.0

Fruit de datura. CCo 1.0

✦ Les outils : anciennement l'araire en bois, avec soc en métal et un ou deux manches ; très maniable, elle convient à tous les terrains. Aujourd'hui, elle commence à être remplacée dans les plaines par les tracteurs. ✦

Fonds Émile Prisse d'Avennes, XIX^e siècle. Relevés lors d'une expédition en Égypte. Chevaux au labour au bord d'un canal. Le paysan utilise un araire. Source gallica.bnf.fr / BnF



L'irrigation



Émergence d'une foggara dans une oasis de Timimoun en Algérie.
Taguelmoust. Travail personnel. CC BY-SA 3.0

De gigantesques travaux d'irrigation sont menés en Iraq dès la Haute Antiquité pour mettre en place les *qanât*, canaux souterrains, qui captent les sources en zone semi élevée et drainent les eaux d'infiltration sur des distances parfois de plusieurs dizaines de kilomètres. Les *foggara* du Sahara jouent le même rôle au Touat, au Gourara et dans le Tidikelt jusque dans le Sud Oranais.

Les *aguedal* marocains, construits au Moyen Âge et toujours utilisés, sont d'immenses retenues d'eau drainant au pied des montagnes de multiples rivières. Ils irriguent des hectares d'orangers, d'oliviers et de jardins.

À côté des puits existent des puits artésiens avec eaux jaillissantes qui sont connus de toute antiquité en Égypte et depuis fort longtemps au Sahara.

La distribution et la mise en réserve de l'eau, son écoulement sont soumis à une réglementation rigoureuse, pour un usage alterné dans les canaux successifs qui la distribuent dans les jardins des oasis et autour des villes. Les grandes norias (*nâura*), roues en bambou garnies de godets qui, à chaque tour, se déversent dans la canalisation *saqiya*, animent encore les eaux de l'Oronte en Syrie, on les appelaient au Maghreb *al-sudd* d'où l'espagnol *azud*. En Égypte, c'est le *chadouf*, animé par un animal, qui fait monter l'eau du Nil vers le canal qui alimente le champ. ☒



Les norias de Hama sur l'Oronte, Syrie.
Elles ont été proposées à l'inscription au patrimoine mondial de l'UNESCO.
Leur état est aujourd'hui incertain.
Heretiq. Travail personnel. CC BY-SA 3.0

Tunnel d'un qanât.
Naeinsun. Travail personnel. CC BY-SA 3.0



La domestication et l'élevage des animaux

Au IX^e et VIII^e millénaires, les moutons et les chèvres ont été probablement les premiers ruminants domestiqués au Moyen-Orient, en Méditerranée orientale et sur les plateaux iraniens.

Le mouton et la chèvre sont adaptés à la végétation méditerranéenne, le premier tire parti de l'herbe sporadique des steppes et la seconde de la végétation arbuſtive. Une adaptation particulièrement remarquable est celle du mouton à queue grasse, connu à Babylone depuis le III^e millénaire. Il est présent dans tout l'est de la Méditerranée, Turquie et Balkans et, en Tunisie et en Algérie, sa présence date au moins du I^{er} siècle.

La domestication des bovidés commence autour du V^e millénaire en Égypte et en Inde. En Mésopotamie, apparaissent des zébus indiens au début du III^e millénaire. Gros mangeurs de foin, ces animaux ne se sont maintenus que dans les zones riches en prairies notamment dans les lagunes.



Caravane dans le désert tunisien. CCo 1.0

Le dromadaire, très anciennement domestiqué au Moyen-Orient, est un ruminant que l'on a toujours appelé chameau (de l'arabe *jamal* ou *gamal*). Bien que faisant partie du paysage saharien, il n'en est pas indigène et a probablement été amené, peu après l'ère chrétienne, par les légions syriennes des empereurs romains. Dans les sociétés chameélières, on différencie le chameau de selle du chameau de bât. Il porte toujours de lourdes charges, marche infatigablement, donne son lait, sa peau, son poil, ses os, ses bouses pour chauffer l'eau et le repas et endure la faim et la soif - il peut rester en été quatre jours sans boire.

Le porc, domestiqué en Chine, arrive très tôt au Moyen-Orient. Les religions hébraïque et musulmane l'ont exclu de l'alimentation. Aujourd'hui, seuls les chrétiens d'Occident le consomment.

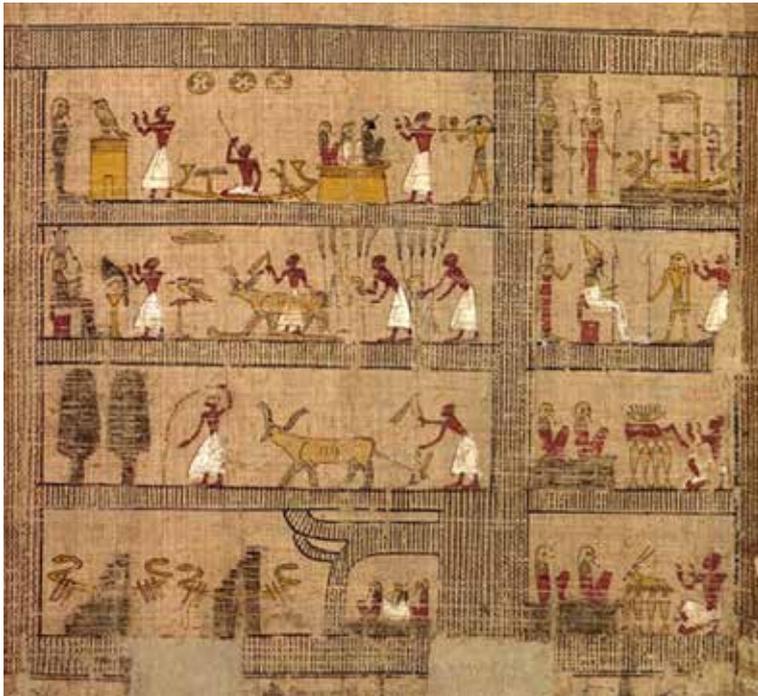


Paysan du Haut Atlas marocain. CCo 1.0

L'âne est originaire du nord de l'Afrique. Il est domestiqué dans la vallée du Nil aux périodes pré-dynastiques et arrive en Palestine et en Syrie vers 3000 avant J.-C. puis en Mésopotamie en 1800 avant J.-C. Il est souvent mentionné dans la *Bible* et l'ânesse était une monture populaire. Il est parfaitement adapté au climat méditerranéen sec.

Le cheval a probablement été domestiqué par les nomades des steppes de Russie orientale et d'Asie occidentale à qui il a donné une grande mobilité. Il semble être arrivé en Mésopotamie au cours du III^e millénaire. Il se diffuse avant le II^e millénaire vers l'Ouest.

Les volailles furent d'abord des oiseaux sauvages capturés. Les Romains engraisaient palombes, tourterelles, perdrix, grives, grues. La poule originaire d'Extrême-Orient est connue assez tardivement. Elle est passée par l'Inde et la Perse et semble être arrivée en Grèce avec les guerres Médiques. Aristophane l'appelle « oiseau de Perse ». En Égypte, depuis l'Antiquité, on pratique l'élevage en grand avec des couveuses, appelées en arabe *mufrikhat*, de poules et d'oies. Les Grecs obtenaient déjà les foies gras et à Rome, on nourrissait les oies de figues. Le terme *ficatum* « foie d'oie » a donné le mot foie en français.



Livre des Morts de Padiamonnebnésouttaouy. Époque Ptolémaïque.
Les travaux des champs sont effectués à l'aide de bœufs attelés.
Source gallica.bnf.fr / BnF

Le bétail est d'une aide importante en agriculture : il apporte son engrais et le gros bétail porte les charges, tire l'araire ou la charrue. Le bétail représente un bien de fortune, un capital, c'est le *pecu* des Latins. Dans les sociétés musulmanes, le troupeau est signe de prestige. Climat et relief méditerranéens déterminent la transhumance vers les hautes terres des moutons et des chameaux. 🏠

Y a-t-il une cuisine méditerranéenne ?

« De la bouillie, de la présure, des raves, des raiforts, des olives mûries sur l'arbre » tel était le régime alimentaire des Grecs de l'Antiquité décrit par Athénée, au II^e siècle.

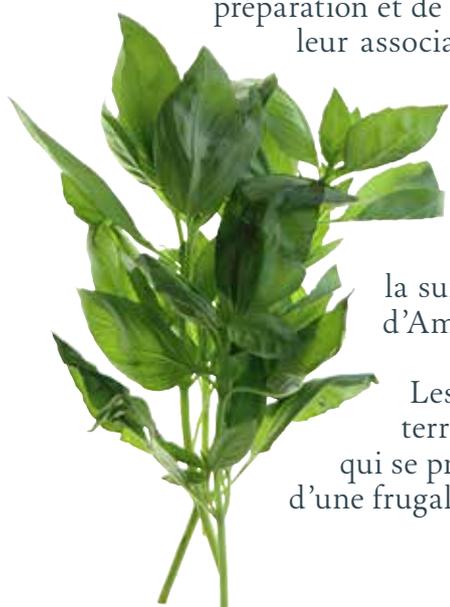
« Les olives, la salade, les radis, ce sont là les mets des chevaliers » dit un proverbe espagnol du XVI^e siècle.

« Le démuni vit de pain et d'olives », « khobz ou zitoun, 'ichit el-maghboun ».

En 1811, Andrew Blayney partage le repas du soir d'une famille de commerçants de Valladolid : une salade de betteraves, quelques autres légumes et des anchois. Il ajoute « Les Espagnols sont dans leur repas d'une frugalité qui va jusqu'à l'abstinence. Ils mangent peu de viande et n'ont aucune idée de ces grands morceaux de bœuf ou de mouton qui font gémir les tables anglaises ».

En Kabylie, au début du XX^e siècle, la nourriture était au quotidien la galette ou la bouillie de farine d'orge ou de farine de glands doux avec quelques figues et de l'huile ; ce n'était qu'à l'époque des figues fraîches et des raisins que les Kabyles « maigres comme le bois sec » grossissaient. Les plus privilégiés mangeaient de la viande toutes les deux ou trois semaines.

Bien que multiples, les cuisines méditerranéennes trouvent leur unité dans les techniques de préparation et de cuisson. Elles utilisent aussi pour la plupart les mêmes produits, mais leur association, leur agencement et leur aromatisation sont très divers. Ils dénotent des goûts très différents d'une culture à une autre, d'une ville à une autre, d'une famille à une autre.



L'homogénéité de ces cuisines repose paradoxalement sur un ensemble de produits exotiques : l'olivier, le melon, le basilic très anciennement importés, les riz, épinards, aubergines, choux-fleurs à la suite des arabes, les tomates, maïs, courges, haricots et piments arrivés d'Amérique au XVI^e siècle.

Les sociétés occidentales, aujourd'hui, considèrent l'alimentation méditerranéenne comme un modèle. En réalité, le régime, dit méditerranéen, qui se pratiquait dans le mode rural jusqu'à la Seconde Guerre mondiale, était d'une frugalité à la limite de la sous-alimentation. 🍷

Basilic, tomates, olives noires. © IMA



Les marchés, domaine des hommes

On s'approvisionne dans les marchés et les foires, dont la fréquence varie du quotidien à l'annuel. À Valence, en Espagne, le marché du centre ville se tient tous les jours sauf le dimanche, et approvisionne à lui seul la ville et les faubourgs proches. Au Maghreb, les marchés qui se tenaient à l'intersection de routes ont donné naissance à de nombreuses villes comme Souk Ahras.

Avec les marchés se sont multipliées les spécialités professionnelles de la cuisine et de la pâtisserie. Les artisans, tous des hommes, appartiennent à une confrérie : rôtisseurs, pâtisseries. Chacune a ses règles et élit son président (*amin* en arabe).

La cueillette apporte un complément alimentaire non négligeable. Au printemps, période de soudure, on cueille les jeunes pousses sauvages de *mesclumo* à Nice ; les poireaux de vigne de Provence et d'Andalousie, les *trigueras* (asperges) d'Espagne, les oignons sauvages de Grèce, les artichauts sauvages, *tagarninas*, l'une des herbes amères de la Pâque des Juifs du Maghreb. On cueille, au début de l'été, les diverses feuilles à cuire en épinards (cuisson à l'eau) ou, comme en Corse, pour rehausser et épaissir la saveur de la soupe. En automne, on cueille des champignons dans le Levant espagnol, en Corse, dans le Piémont et en Toscane où ils abondent. On récolte les truffes blanches en Afrique du Nord et au Moyen-Orient. Partout, on ramasse des escargots, *moros y cristianos* de Valence, *babûsh* du Maghreb.



Citerne Istanbul, Turquie. © Jarno Gonzalez Zarraonandia/Shutterstock

Aujourd'hui, pratiquement toutes les villes sont dotées d'un réseau d'alimentation d'eau alors qu'autrefois, elle était fournie par des citernes ou amenée par portage dans des fontaines, *salsabîl*, qui, en pays musulman, étaient souvent des fondations pieuses. En montagne, les villages sont implantés près de sources et dans les plaines, l'eau est puisée dans la nappe phréatique, au mieux on bénéficie d'un puits dans la cour, mais les citernes sont encore d'un usage fréquent. Auparavant, les femmes et les jeunes filles allaient chercher l'eau à la fontaine, lieu privilégié de rencontre et de bavardage entre elles.



La littérature arabe médiévale a fourni de nombreux textes rédigés par les inspecteurs des marchés, *muhtasib al-sûq*. Ils témoignent de l'extraordinaire variété des légumes, fruits, viandes, poissons, aromates, épices et produits préparés, pains, crêpes, galettes, viandes et légumes confits et une multitude de gâteaux, pâtisseries. En notant les fraudes pratiquées sur les produits les plus coûteux, ils renseignent sur les procédés de fabrication. 📌

Marché de Meknes, Maroc. CCo 1.0

Au Maghreb, il y a des marchés temporaires nommés du nom du jour de la semaine où ils ont lieu : thlata, troisième jour de la semaine en arabe (mardi), arba'a quatrième jour de la semaine (mercredi)...

La cuisine, domaine des femmes

Domaine des femmes, la cuisine est un lieu d'apprentissage pour les enfants, filles ou garçons. Ces derniers, s'ils ne la pratiquent pas souvent, savent la faire et reconnaître comme étant la meilleure la cuisine de leur mère, tante ou grand-mère. Traditionnellement, les femmes passent à cuisiner de nombreuses heures dans la journée.

En été, on cuisine souvent à l'extérieur, dans la cour, parfois sur la terrasse, pour éviter d'enfumer et noircir les murs et pour le plaisir d'être aéré. C'est à l'extérieur que les hommes font les grillades de viande, le méchoui maghrébin : cuisine des fêtes, de l'exceptionnel.



Femme arabe préparant le pain. © Aliaksei Smalenski/Fotolia

Les confections sont longues et complexes et se font en plusieurs temps. Même en dehors des fêtes, quotidiennement, on aromatise avant la cuisson en faisant mariner avec des aromates. On badigeonne de graisse aromatisée avant de rôtir. On fait paner avant de frire. On hache menu en mettant en pâte viande, poisson, pain ou amandes. Certaines opérations culinaires, autrefois faites à la main, impliquent le meulage des grains pour la farine, le pétrissage des pâtes, le roulage du couscous, le pilage des graines aromatiques. Aujourd'hui, on achète la farine, les pâtes, la graine de couscous, les aromates en poudre.

Les techniques de cuisson sont nombreuses : bouillir, mijoter, rôtir ou griller, frire, cuire dans des feuilles, cuire à la vapeur, chacune convient à un type de préparation.

Il faut par exemple faire revenir dans l'huile les oignons, puis l'ail, puis les carottes, puis le persil, enfin la viande avant de remettre tous les condiments et de couvrir pour une cuisson douce et longue qui développe et harmonise les arômes.

Autrefois, le combustible était constitué de bois ou bouses séchées. Aujourd'hui le gaz distribué en bouteilles les a remplacés et a libéré les femmes des corvées de bois. 🌱



Préparation du thé au Maghreb. Webrunner CC-BY-1.0

La préparation du café, boisson éminemment sociale, de la mouture jusqu'au service, est réservée aux hommes au Moyen-Orient. On retrouve, au Sahara, un cérémonial très rigoureux avec le thé servi par les hommes.



Photo IMA

Moulin à café.
©cenap refik ongan/Shutterstock



Les ustensiles de cuisine

Traditionnellement, les ustensiles de préparation étaient peu nombreux. La meule pour mettre le grain en farine, le mortier (*miharas*) pour piler les graines aromatiques mais aussi toutes choses que l'on veut mettre en pâte comme la viande (premier sens d'*harissa*), les diverses poteries pour les marinades.

Pour les cuissons fortes, on utilise les grandes plaques de fer plates ou légèrement bombées, *sâj* du Moyen-Orient. Elles se mettent sur un feu vif pour une cuisson rapide des pâtes fines, feuilles de brik, galettes d'orge, *thrîd*, crêpes très fines de Marrakech. À Nice, on retrouve cette grande plaque de fer pour cuire la *socca*, large crêpe de pois chiches. Sur les brochettes, longues tiges de fer, on enfile les morceaux de viandes.

Pour les cuissons douces et longues, on utilise les poteries comme le tian provençal, *tianu*, *tiano* corse et sarde ou *tâjin*, trois mots cousins descendant du même terme grec *téganum*, les marmites qui se posent sur les braises du *kânûn*, brasero, lui aussi en poterie. D'autres récipients ont donné leur nom à la préparation qui y est cuite : *paella* catalane (du latin *padella*, poêle en français). Au Maghreb, c'est d'abord la poterie percée de trous pour cuire à la vapeur qui s'appelle couscoussier, *keskas*.

En Sardaigne, on connaît la cuisson lente des viandes mises entre deux couches de myrte, au fond d'un trou creusé en terre et recouvert de cendres et de braises. La viande, mise le matin, se retrouve cuite le soir au retour des champs, aujourd'hui, c'est un plat de fête. Au Naqab (Neguev), c'est sous le sable que cuit doucement la viande couverte de braises et de cendres. Sur les terrasses des maisons d'Alep, on cuit au soleil la confiture d'abricots. 🍑



Meule. Îles Canaries. CCo 1.0



Cuisson de la paella dans la poêle qui a donné son nom au plat. Jan Harenburg. Travail personnel. CC BY 4.0



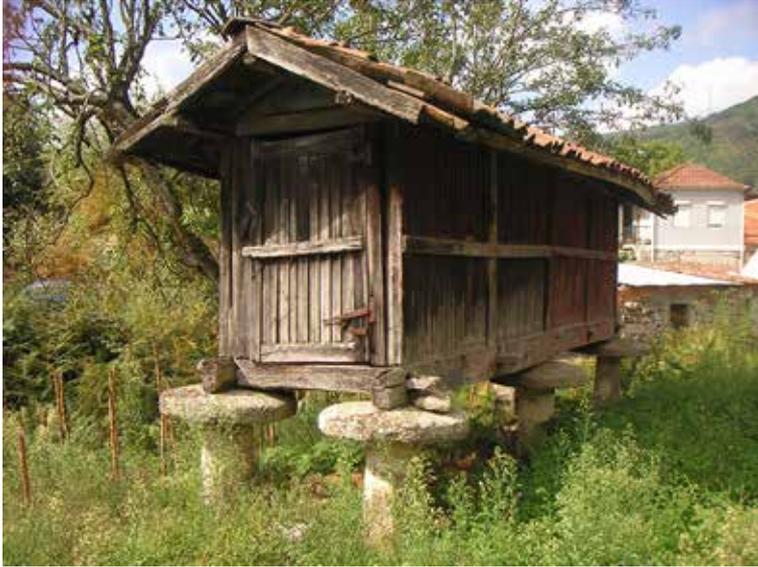
Cuisson au tagine, Maroc. CCo 1.0



Four tabouna. TunisiePassion. Travail personnel CC BY-SA 4.0

Les conserves

La *mouna* des sociétés musulmanes s'appelle *despensa* chez les Espagnols et *zimet* chez les Serbes. L'arabe *makhzan* « réserve » a donné le mot magasin (le sens de réserve est resté avec emmagasiner). On conserve les produits saisonniers pour suppléer aux manques de l'hiver et du printemps, pour surmonter les mauvaises récoltes.



Horreo, Galice, Espagne. Rubén Bastón CC BY 2.0

Une pièce de la maison est réservée à la conservation des aliments. En Espagne du Nord et au nord du Portugal, on construit les *hórreos*, greniers à maïs, reposant sur quatre pieds de granit. On enterre les grains dans des silos ou des fosses aménagées dans le sol, *mazmorras* de l'Andalousie médiévale utilisées jusqu'au XIX^e siècle, et *mathmura* du Maghreb. L'ensilage du grain s'accompagne souvent d'une série de pratiques destinées à le protéger. En Afrique du Nord, on construit des greniers collectifs de village.



Séchage du piment. CCo 1.0

La conservation fait appel à de nombreuses techniques : séchage au four ou au soleil des fruits, viande, poisson, ail, oignons. Les poivrons et les piments colorent les toits des maisons hongroises et les terrasses du Maghreb. La tomate, dont on fabrique le concentré en Sicile, est écrasée et décore de larges planches inclinées au soleil. On retrouve cette technique en Turquie orientale.

La viande est préalablement découpée en languettes : *cecina* espagnole, *coppa*, *lonzu* et *misgiscia* corses, *qadid* arabe, *pastourma* turque. On conserve les poissons, le *fissikh* d'Égypte ; la poutargue d'Égypte et de Tunisie est faite avec les œufs du mulot ; à Anta, près de Missolonghi, on en fait du *tarama*. À Valence en Espagne, les filets de thon séchés sont appelés *mojama*, de l'arabe médiéval *mushama*.

Au Maghreb, on confit aussi dans sa graisse la viande du mouton, *khli*.

Les *turshi*, terme persan passé en turc et en arabe, sont des conserves de légumes au vinaigre (carottes, navets, céleris, choux-fleurs). On fait des *makbuse* au Moyen-Orient et des *variantes* à Marseille. Dans les Balkans, en Afrique du Nord, dans le Levant espagnol sous l'influence arabe, en Italie du Sud, en Corse, ils sont servis comme condiments des plats chauds ou froids. Les légumes forment aussi les entrées apéritives, piquantes, *kawâmîkh* des repas médiévaux arabes encore servis aujourd'hui.



On conserve dans la saumure le chou, salade quasi quotidienne des Grecs du Nord et des Balkans, et les citrons au Maghreb. L'escabèche est une semi-conserve au vinaigre chaud des poissons et des viandes. Les conserves deviennent des préparations quand on associe salage à fermentation. On fabrique ainsi au Moyen-Orient avec les céréales *boulghour* et *kishk* quand on ajoute du lait fermenté. 🍷

Maquereaux en escabèche, marché d'Alicante, Espagne Tamorlan CC BY-SA 3.0



*Jarres kabyles. © celeste clochard/Fotolia
Les récipients traditionnels des conserves étaient des poteries : ikoufen des kabyles, énormes poteries pansues qui étaient fabriquées au colombin dans le même lieu de stockage. Elles contenaient les provisions. Aujourd'hui, elles ne sont plus en usages et mises en vente comme objets décoratifs.*

Pain, pâtes et pâtisseries



Grains de blé. © IMA

Les céréales se consomment sous toutes les formes, pain, galette, bouillie, pâte, couscous et sont l'aliment de base. Blé tendre, blé dur et orge dominant. L'orge est le mieux adapté au climat rude et aux terres moins riches. Il est moins panifiable que le froment, mais sa farine se cuit en bouillies à l'eau ou au lait que l'on accommode diversément. Les céréales sont l'aliment glucidique du repas, elle apporte le quantitatif. Elles sont présentes tout au long de l'année, à chaque repas, elles sont indispensables.

Le pain est un aliment sacré : on ne peut le refuser, on doit le partager, on ne peut le jeter d'où ces plats de pain perdu, *migas* en Espagne, fait de pain émietté et frit. Des symboles de fécondité

et de prospérité sont attachés aux bouillies. *Tommina* à Blida, *tsaqnettsa* à Tlemcen en Algérie, *mighli* au Liban, bouillies de farine grillée à sec, sont offertes pendant une semaine aux visiteuses de l'accouchée et communiquent la fécondité aux femmes stériles. Les *torrijas* sont un aliment d'accouchée à Tolède, en Espagne.



Pain pita. CCo 1.0



Raviolis frais. CCo 1.0

Les pâtes en Italie et couscous au Maghreb sont faits avec la semoule de blé dur et occupent une place majeure dans l'alimentation. Le couscous est appelé *ta'am* « aliment » en Algérie et au Maroc.

Les céréales forment la base des innombrables pâtisseries qui varient d'une région, d'une ville, d'un quartier et d'une famille à l'autre. On peut citer les noms arabes de plus de quatre-vingts sortes de confections sucrées faites au Maghreb et en nommer soixante-dix-sept pour la Sardaigne et autant pour le Moyen-Orient, la Turquie ou l'Andalousie. Aujourd'hui on aime toujours l'eau de rose, le safran, le maïstic dont on parfume de nombreuses pâtisseries. 🍪

Pâtisseries et fleur de safran. © IMA



Les légumes, au cœur du repas

Les légumes ont été améliorés au Néolithique et sont omniprésents dans l'alimentation des Méditerranéens. Ils représentent un apport important en vitamines, en sels minéraux, en fibres et en saveurs. Les acides aminés que contiennent les légumineuses complètent les céréales. Enfin, ils offrent une grande variété de saveurs, arômes et textures et fondent une réelle cuisine.



Minestrone. © lilechka75/Fotolia



Chakchouka. © istetiana/Fotolia

Les légumes composent les soupes et potages servis chauds ou froids selon les saisons, *chorba*, *harîra* arabes et turques, *potage* et *gazpacho* espagnols, *minestre*, *minestrone* italien.

Mélanger les légumes est une pratique générale dans les plats du type ratatouille, *ciambotta* de Calabre, *caponata* de Sicile et de Sardaigne, *chakchouka* d'Afrique du Nord ou encore *peperonata* de Milan à base de poivron, oignon, tomate, huile d'olive, *briami* grec pour l'été, *pistos* espagnols.



Dolmas grecques (feuilles de vigne farcies).
© minadezhda/Fotolia



Poivrons farcis au boulgour.
© FOOD-pictures/Fotolia

Ils sont souvent utilisés comme condiments tel le *pesto* génois, *pistou* provençal à base de basilic, ail, pignon arrosé d'huile d'olive ou l'*harissa* d'aujourd'hui qui est une purée de piment avec ail et huile. En Espagne, la *piriñaca*, ou *pica-dillo*, est un hachis de tomate, poivron vert, oignons, huile, sel.

Farcir les légumes ou leurs feuilles se révèle dans les nom-

breuses variantes culturelles. En Turquie, on distingue *dolma*, *oturtma*, *sarma*. En Italie, en Espagne, au Maghreb, on farcit les champignons, les aubergines, les courges, les oignons, les tomates, les poivrons et les courgettes. Au Moyen-Orient, on farcit les concombres, les carottes, bettes, truffes. Dans le midi de la France, on nomme ces légumes « petits farcis ».

Les salades sont présentes sur la table toute l'année. En Afrique du Nord, les salades sont servies au cours du repas, elles rafraîchissent, font oublier la graisse du plat précédent et ouvrent l'appétit : salade *méchouia* (grillée), à base de poivrons et de tomates grillées ; salade d'oranges coupées en gros morceaux arrosés d'eau de fleur d'oranger et d'une légère pincée de cannelle ; salade de cœurs de laitue coupés en julienne, salade rehaussée de quelques feuilles de roquette en Italie. 🌱

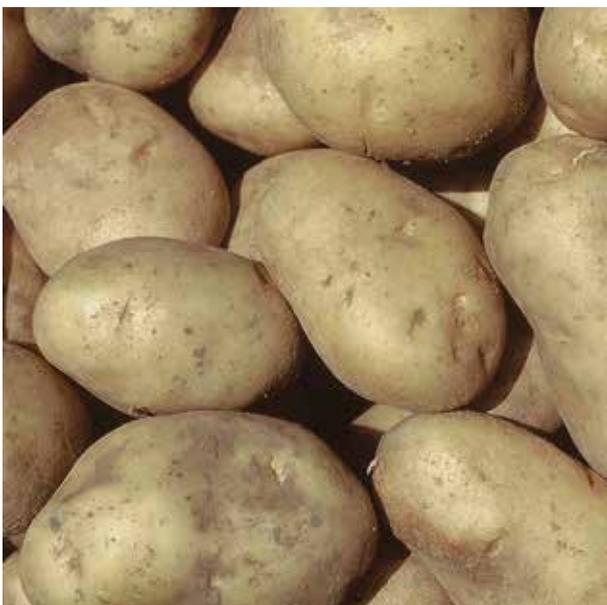




Par leur amertume, leur acidité, certaines plantes possèdent des vertus médicinales avant d'être simplement alimentaires. Le chou dont Pline affirmait que les Romains lui devaient d'avoir passé six siècles sans médecins, l'ortie, l'épinard, le pissenlit ont des vertus dépuratives appréciées après les nourritures lourdes et grasses de l'hiver. L'artichaut est recommandé comme dépuratif pour le foie.



On aime associer les féculents aux légumes et légumineuses. En Provence, ce sont les haricots blancs et les tomates ; en Espagne, pommes de terre et haricots blancs, pommes de terre et riz, pommes de terre et petits pois ou bien riz mêlé aux pois chiches ou aux petits pois, recette de Toscane, probablement une survivance des cuisines des Arabes au Moyen-Orient qui associent riz et petits pois, riz et lentilles. En Égypte, le kushari est un mélange très populaire de riz, lentilles, pâtes, assaisonné d'oignons frits. La diététique moderne reconnaît l'utilité nutritionnelle de ces mélanges, où l'esthétique est loin d'être absente quand on parseme le riz blanc de petits pois verts.



Photos IMA

La viande et le poisson

LA VIANDE

Dans l'ensemble du monde méditerranéen, la viande est un produit de luxe consommé les jours de fête. Elle a un statut particulier renforcé par les prescriptions des trois religions issues du Moyen-Orient.

Chez les chrétiens, le carême et les jeûnes excluent la viande, mais non le poisson. Les juifs et les musulmans rejettent la consommation du sang (toutes les viandes sont saignées et l'on ne connaît pas le boudin) et celle du porc. L'interdit qui pèse sur les animaux carnassiers, les oiseaux de proie et le cheval existe chez les juifs et en grande partie chez les musulmans. En cas de faim, on mange le cheval, le sanglier et au Maghreb la rigueur n'est pas générale. On retrouve ces pratiques chez les chrétiens du Moyen-Orient.

Pour être consommables, les animaux sacrifiés solennellement sont des animaux d'élevage, des mâles parfaitement constitués et sans défaut : bélier, taureau, buffle, dromadaire.



Boucherie dans un souk au Maroc.
© Bilbo06/Fotolia

Chez les musulmans, la tête de l'animal est tournée vers La Mecque, la jugulaire est tranchée pour le vider de son sang, en prononçant la formule *bismillah*, au nom de dieu. Chez les juifs c'est le prêtre, le *kohen*, qui sacrifie. Il y a chez les juifs des associations incompatibles et donc interdites comme celle des produits lactés avec la viande.

Outre le sacrifice de l'*aïd el-kebîr* qui commémore le sacrifice d'Abraham, il se pratique d'autres sacrifices à valeur sociale, à l'occasion du creusement des fondations d'une maison ou à la naissance d'un enfant. Au Maghreb, pour renforcer leur sacralité, de nombreux sacrifices se font auprès d'une *zaouïa*, mausolée d'un saint, que l'on va visiter en pèlerinage. Dans cette région du monde arabe, la cherté de la viande a amené certaines sociétés berbères à acheter collectivement un animal sur pied, un bœuf par exemple, pour ensuite le partager selon un rituel établi. Tous peuvent ainsi consommer plus souvent de la viande sans affaiblir leur troupeau. Ce partage se nomme dans le Moyen Atlas marocain *uzza*, *thimecherêt* chez les Kabyles comme chez les Beni Snous de l'Ouest algérien qui le font au second jour de la fête d'Ennayer, 1^{er} janvier de l'année julienne.

LE POISSON

La pêche a toujours été faible en Méditerranée même si aujourd'hui, la surexploitation et la pollution ont encore réduit la production. Au Moyen Âge déjà, en Italie et en Espagne, la morue de l'Atlantique suppléait à l'insuffisance de la pêche locale pour assurer la nourriture du carême et du jeûne hebdomadaire.

Le poisson comme les fruits de mer sont absents de l'alimentation traditionnelle des populations de l'intérieur. En zone côtière, les grands poissons sont un luxe et les soupes quotidiennes sont faites des petits poissons invendables. Elles sont nommées en italien *brodetto*, petit brouet, en sévillan *caldereta*, petit chaudron, en ligure *burrida*, bouillie, sans oublier la bouillabaisse provençale, équivalent de l'*aziminu* corse.

Avant de griller le poisson, on le fait souvent mariner dans une mixture odorante ; grillé, on l'arrose de citron et on le décore de brins de menthe ou de persil. En Corse et en Grèce, on farcit les poissons et les calamars. Dans les pays riches en huile comme l'Espagne, l'Italie ou la Grèce, les friteries abondent. En Égypte, le poisson de conserve, *fissikh*, est indispensable à la fête du printemps de *sham el-nessim*. 🍷



Étal de poisson sur un marché.
Istanbul, Turquie
© Bilbo06/Fotolia

Le sucre et le sel

Outre le *sucré* qui est ancré dans la phylogénie humaine, les saveurs les plus appréciées en Méditerranée sont l'acide, l'amer, le sucré-salé, l'aigre-doux, à quoi s'ajoutent deux sensations, le piquant et dans une moindre mesure le gélatineux.

✦ L'acide est très apprécié dans les boissons d'été, les jus de fruits. Le lait aigre et les yaourts sont largement utilisés dans le Sud et l'Est méditerranéen : *laban* au Moyen-Orient, *laban rayeb* au Maghreb, yaourt, *kefir* de Turquie, des Balkans, ils entrent dans des soupes et des plats de viande. *Smen* ou *samne*, le beurre fondu d'Afrique du Nord et du Moyen-Orient est très acide et dégage une forte odeur butyrique. La tomate au jus acidulé est le fondement de nombreuses sauces.

✦ L'aigre-doux est très prisé dans la cuisine des viandes blanches que l'on marie avec des fruits : pruneaux, amandes, pignons, abricots, pommes, poires ou coings. Ce sont aussi les petits oignons à l'*agro-dolci* en Toscane et dans le Latium ; les aubergines *caponata* sont au sucre, au vinaigre et aux câpres en Calabre ; c'est aussi l'*uva passolina* et dont on arrose la morue ou la langue-de-bœuf salée ou le méchoui aux giottes, *kabab qaraz*.

✦ Le sucré-salé est une saveur souvent proche de l'aigre-doux et présent dans certaines sauces, plats de viande ou de poisson et dans les « sucreries » comme la *torta de aceite* sévillane, parfumée à l'anis et arrosée largement d'huile d'olive et qui est tout à la fois fortement salée et sucrée.



Verre d'absinthe.

Eric Litton. CC BY-SA 2.5

✦ L'amer possède une connotation diététique et médicinale par sa chaleur et sa sécheresse. Il est présent dans des boissons apéritives : *cinar* à base d'artichaut en Italie et en Espagne, *amaro* italien parfumé aux amandes amères (comme les gâteaux *amaretti*), absinthe, gentiane. Les infusions d'armoise, *shieh*, d'absinthe, *afsantîn*, qu'Avicenne déjà considérait comme apéritives, sont très appréciées dans tout le monde arabo-musulman. L'absinthe était consommée en France jusqu'à son interdiction au début du XX^e siècle. Ce plaisir pour les boissons amères est ancien et associé tout particulièrement à la bière.

✦ Le piquant n'est pas une saveur, il est ressenti par un nerf spécifique de la langue : l'ail, le poivre, le piment le mettent en évidence. En Afrique du Nord et au Moyen-Orient, le piment, préparé ou non en pâte dite *harissa*, est un des condiments obligés des sauces et bouillons accompagnant viande et poisson. En Calabre, il est présent sur la table et dans les plats. En Turquie, le jus d'oignon salé est la marinade favorite pour la viande et le poisson.

✦ Le gélatineux n'est pas, lui non plus, une saveur. C'est une consistance très appréciée dans certains légumes comme la *mulûkhiyya* (corète potagère) dont on fait en Tunisie, en Égypte, au Liban et en Syrie, des plats d'un vert si beau que celui qui en mange au premier de l'an s'assure le bonheur pour l'année entière. Les gombos, légumes africains, appelés aussi *gnaouia*, *bamiya* ou cornes grecques, offrent des sauces gélatineuses. Ils accompagnent les féculents ou entrent dans les plats de viande. 📖

Gombo. CC0 1.0



Les parfums et les arômes

C'est dans l'aromatisation que se caractérisent les diverses cuisines de Méditerranée. Elle intervient dans les marinades, les cuissons, les conserves, les salades et dans les laitages, boissons et pâtisseries. Elle rehausse les légumes et les féculents salés et sucrés, elle bonifie viandes, charcuteries et poissons, elle conjugue les multiples parfums dans les sauces.



✦ L'ail est le premier aromate, mais certains redoutent son odeur. En Castille, on en use avec parcimonie, il est employé entier avec sa peau pour aromatiser légèrement la perdrix à l'étouffée. On en fait des soupes, dans toutes les régions de la Méditerranée.

En Italie, l'ail, associé à d'autres condiments, entre dans la composition des multiples charcuteries. Si le trio ail-oignon-persil est très courant, le duo ail-persil règne partout en maître en Provence, en Corse, en Andalousie, en Italie ou en Turquie.

Le persil semble atténuer le piquant de l'ail sans lui enlever son arôme. Par sa saveur un peu piquante, le persil entre dans toutes les sauces et, au moment de servir, parfume poissons et viandes qu'il garnit de son beau vert.



✦ Persil et thym, laurier et céleri composent le « bouquet garni » provençal. Les carottes sont les condiments les plus utilisés après l'ail, l'oignon, le persil en Espagne, en Italie du Nord, en Calabre et au Moyen-Orient. En Tunisie, *bharat*, mélange d'écorce de cannelle et boutons de rose séchés finement moulus arrose couscous et viandes.



✦ Les poivrons diversement colorés aromatisent de façon caractéristique toutes les cuisines. Des poivrons rouges un peu pimentés, on fait en Espagne, depuis au moins le XVIII^e siècle, le *pimentón* semblable au *paprika* hongrois.

✦ Du céleri et du fenouil, on utilise les feuilles et les graines. La sauge accompagne les viandes blanches, les pois chiches de la soupe corse ou les haricots blancs en Toscane. Le laurier aromatisé les lentilles. Les câpres, condiment méditerranéen s'il en fut, rehausse la saveur des poissons, et les sauces. Les olives garnissent,

au Maroc et en Provence, le poulet ou le mouton aux citrons.



Photos IMA



Menthe. © IMA

✦ La menthe, plante aux multiples variétés, se boit en tisane, s'associe au thé vert en Afrique du Nord, parfume la soupe à Séville, l'omelette au *bruccio* corse et les viandes et plats arrosés de *laban* au Liban.

✦ Le basilic forme la base du *pesto* génois cru associé à l'ail. On ne le consomme pas en Grèce où c'est la plante du Christ ni au Portugal, assez peu en Espagne si ce n'est dans le Levant et en Catalogne ; en Afrique du Nord, on recherche son parfum protecteur contre le mauvais œil. En revanche, thym, romarin, menthe et calament de Corse et de Calabre s'utilisent en longue cuisson. On utilise les écorces amères de l'oranger bigaradier pour parfumer les saucisses de foie de porc des Abruzzes. Les feuilles d'oranger et de citronnier parfument les plats de viande en pays musulman ou d'influence musulmane. Le citron assaisonne la salade en hiver, alors que le vinaigre s'utilise en été.



Anis étoilé. © IMA

✦ L'anis est un des arômes les plus prisés dans les pâtisseries type *ka'ak* ; mais c'est comme parfum des alcools qu'il règne : *mâhia*, alcool de figue des juifs du Maroc, *bûkha* des juifs d'Algérie et de Tunisie, alcool de dattes et de fenouil, anisette de Provence, pastis de Marseille, *manzanilla* espagnole, *arak* ou *raki* des Turcs, *ouzo* grec.

✦ Les condiments sont le vinaigre qui allège les plats de viandes grasses, les anchois qui assaisonnent les pâtes et les pizzas en Italie, de nombreux plats en Espagne, à Nice, en Corse, en Grèce. Les fromages, assez peu diversifiés, accompagnent le pain, les légumes, le miel. En Italie, on râpe le fromage vieux, sec et piquant comme le *parmigiano* et le vieux *brocciu* en Corse que l'on conserve dans l'huile. Le *kachkaval*, appelé *ach'awan* au Moyen-Orient, est un fromage transfrontalier ; on le trouve de la Roumanie jusqu'en Italie en passant par la Grèce. ✦



Parmesan. CCo 1.0



Anchois. © IMA

L'huile d'olive et les épices



Épices en vrac sur un marché. © IMA

Les épices sont moins présentes que les condiments. Leur variété, les quantités, les associations diffèrent dans toutes les cuisines, exception faite du sel et du poivre pour lesquels l'espagnol dit *sal-pimentar* « saler-poivrer ». Certaines régions d'Espagne, comme la Castille et le Nord, utilisent à la fois peu de condiments et peu d'épices contrairement aux régions de Valence et Murcie.

✦ Épice de luxe, le **safran** s'associe principalement au riz en Espagne qui était, jusqu'à il y a peu, toujours safrané à tel point que l'on précisait *arroz blanco* quand il n'en avait pas. Il est l'une des épices préférées pour le poisson mijoté ou en soupe en Méditerranée occidentale : la bouillabaisse de Marseille, l'*azimino* corse, *il zimino* de Ligurie, et les *guisos*, ragoûts de poisson du Levant et d'Andalousie. Il nomme la *sopa dorada* de Cadix. À Nice, les poireaux au safran étonnent. Cette épice délicate se prépare d'une façon particulière au

Maroc. On chauffe les filaments sur le couvercle de la marmite où bouillonne la *marqa* puis on les écrase dans le creux de la paume et l'ajoute à la préparation. Sa cherté en fait une épice pour les plats de fêtes, au quotidien, c'est le curcuma qui offre son beau jaune.



Grains de cumin. © IMA

✦ **Cannelle, cumin et coriandre** sont présents de façon constante dans les cuisines du Moyen-Orient et d'Afrique du Nord et parfument traditionnellement les plats de poissons, de viande et la charcuterie. Ils sont les ingrédients majeurs du *râs el-hanut* marocain. Le *tabel* tunisien est le complément de tous les plats, ce sont cannelle, cumin, carvi, coriandre et, éventuellement, clous de girofle en poudre. La coriandre, indigène en Méditerranée, s'utilise en graines et en feuilles.

✦ Le **clou de girofle**, dont les mariées au Sahara se font des colliers odorants, est aussi partout très prisé en cuisine des viandes et des poissons.



Clous de girofle. © IMA

✦ La **noix muscade**, très présente en Turquie citadine, s'associe aux bettes et épinards en Corse. En Italie du Nord, elle entre dans les plats de pâtes aux épinards. Le **gingembre** est assez peu utilisé car il est réputé donner soif ; mais il parfume quelques plats de la région du Basilicate (sud de l'Italie) au Maroc, le poulet aux olives. Il est avec le *galanga khulanjân* à la base de boissons chaudes prétendument aphrodisiaques au Maghreb.



Noix de muscade © IMA



Presse ancienne à olives. Chypre. CCo 1.0



*Dernière étape de l'extraction de l'huile d'olive.
Sortie de la centrifugeuse verticale. CCo 1.0*

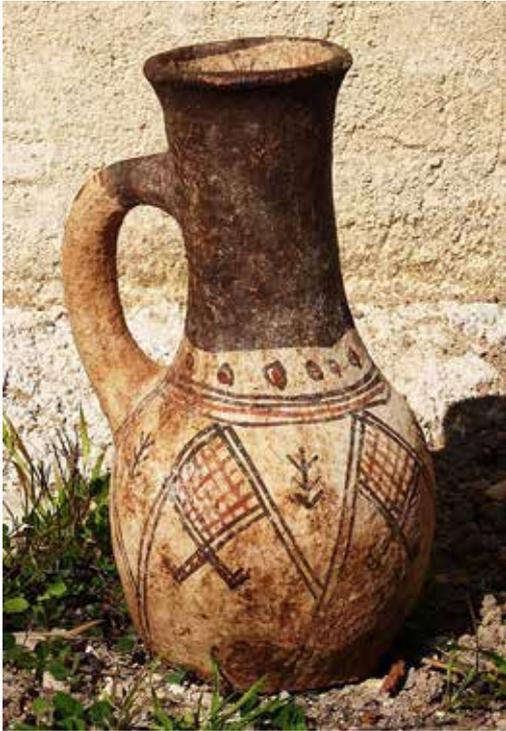
✦ L'huile d'olive, devenue symbole de la Méditerranée, est loin d'être consommée dans toutes les classes de la société car c'est l'une des plus chères. Chez tous les éleveurs, quand on manque d'huile d'olive, on utilise le beurre de lait de brebis, de vache ou de buffle. La graisse de mouton ou de queue de mouton est utilisée principalement par les musulmans, la graisse de cochon chez les chrétiens. Les huiles et matières grasses sont autant des condiments que des agents de cuisson. Elles sont très variées pour l'ensemble de la Méditerranée mais dans chaque région, on ne dispose que d'un ou deux types de graisse ou huile.

✦ On consomme largement l'huile de tournesol ; au Caucase et en Turquie orientale c'est l'huile de noisette, ce sont au Moyen-Orient les huiles de sésame, de maïs, d'olive et en Égypte, l'huile de coton. Le colza de Méditerranée orientale fournit une huile que les nutritionnistes considèrent comme la meilleure. L'huile est importante pour la friture des poissons et des beignets aux jours de fête, notamment, à Carnaval. ✦

L'eau , la boisson reine

En Grèce, on ne buvait jamais le vin pur, seul Dionysos y avait droit. Aristophane (IV^e av. J.-C.) indique les proportions du mélange : « Bois ce breuvage fait de trois parties d'eau contre deux de vin ». En été, ces proportions sont toujours respectées en Grèce, en Italie du Sud, en Espagne.

« Dieu fera descendre l'eau du ciel pour vous, et ils la boiront, et ils en feront pousser les arbres et le blé, l'olivier, le palmier, la vigne et toute espèce de fruits ». (Coran 16, 10)



Poterie berbère, nord du Maroc.
Michel-Georges Bernard. CC BY-SA 1.0

Dans toute la Méditerranée, l'eau est la première boisson offerte, la plus valorisée et la plus prisée. L'eau est celle qui donne la vie disent les Touareg qui la nomment *aman*, terme qui signifie l'âme, la vie. La difficulté de s'approvisionner en eau potable a sans doute été un facteur déterminant dans la consommation de café, de thé et de tisanes.

L'eau était traditionnellement puisée et conservée dans de grandes cruches en poterie ou dans des outres de peau de chèvres goudronnée à l'intérieur. À la longue, elles perdaient l'odeur de cuir, ne laissant qu'un petit goût de goudron. Les Berbères décorent et enduisent de goudron végétal leurs cruches et coupes à boire, ce qui donne à l'eau un arôme bien particulier. On rafraîchit l'eau dans des récipients type *alcarrazas* provençale, *berrada* maghrébines et *botijos* espagnols. Ce sont des poteries non vernissées qui, mises dans un courant d'air, suintent et donnent une eau délicieusement fraîche.

En été, l'acidité des jus de fruits désaltère : citronnades, jus de grenades, d'oranges, de cerises en Turquie, de fraises. Les sorbets semblent avoir été des jus mélangés avant d'être des glaces de jus de fruits. Au Moyen-Orient, on affectionne les laits aigres plus ou moins allongés.

En Turquie où les hivers sont rudes et prolongés, on prend des boissons réconfortantes et qui sont de réels aliments. *Boza* est une boisson chaude, de consistance crémeuse ; elle est faite de millet moulu ; - en Tunisie, elle est de sorgho - ; on peut en acheter au verre. *Salep* est de couleur blanchâtre, préparé à partir de poudre de bulbes d'orchis, on le boit mêlé à du lait ou simplement à l'eau ; il se sert chaud, saupoudré de cannelle et on l'accompagne d'un *simit* (gimblette) petit pain au sésame. Les vendeurs ambulants le vendent bouillant.

Récolte de jus de palmier. Gabès. Tunisie.

Elcèd77 CC BY-SA 3.0

Les boissons alcoolisées ont toujours et partout été recherchées. L'interdit islamique a freiné par époque la consommation de ces boissons. Traditionnellement, on fabrique dans les oasis du Sahara ou dans les oasis tunisiennes, libyennes et égyptiennes du *lagmi* qui est le jus coulant du palmier dont on a coupé le haut du tronc. Chaque palmier donne quelque cinq litres par jour pendant trois mois. L'Iraq ancien, l'Égypte et le Yémen le connaissaient, on le nommait dans le Yémen préislamique *mzor dh-tmer*. Les juifs marocains distillaient le *lagmi* pour obtenir une boisson forte. Au Moyen-Orient, on boit l'*arak* boisson aromatisée à l'anis servie en apéritif, cousins de la *manzanilla*, *pastis*, *ouzo*, *bukha* ou encore *mâhîa*, toutes boissons de valeurs viriles et de symboles nationaux. ☒



Manières de boire et de manger

Le premier signe d'accueil est l'offre et le partage de nourriture. On ne peut refuser l'eau et le pain. Partager le repas de quelqu'un, « être à la même table » peuvent même acquérir une valeur d'alliance.

Les croyances et la convivialité dictent les manières de table. On ouvre le repas par un souhait : le « bon appétit » français correspond à l'espagnol *que aproveches*, *buen provecho*, au turc *afiyet olsun*, au libanais *sahteyn*. L'expression *bismillah*, au nom de dieu, correspond chez les musulmans au *benedicite* des chrétiens ou à la bénédiction du pain en dessinant dessus une croix avec l'index.

En pays musulman, quand on mange avec la main, on utilise les trois premiers doigts de la main droite. Au Moyen-Orient, on utilise une portion de galette comme cuillère avec laquelle on prend en sandwich les aliments. Manger avec ses doigts implique des règles d'hygiène : on se lave les mains, avant et après manger selon un certain cérémonial, on présente à chaque convive une aiguière et son bassin avec du savon et une serviette.

En ville, dans les groupes les plus favorisés, trois repas sont l'ordinaire, chez les moins favorisés, le premier est pris à l'aube et le dernier, au coucher du soleil, clôt la journée de travail.

❖ LES JEÛNES

Les jeûnes sont des interdits temporaires rythmant diversement l'année selon les trois religions. La religion chrétienne a institué des jours maigres de jeûne, le vendredi et de nombreux autres selon les églises d'Orient ou d'Occident ; chez les catholiques le poisson et l'huile doivent remplacer la viande et le beurre. Au Moyen-Orient, le jeûne consiste souvent à ne rien manger jusqu'à 6 heures du soir, l'heure des Vêpres, à quoi s'ajoutait l'abstinence de viande ces jours-là. Et ce n'est pas le moindre paradoxe du ramadan d'être le jeûne par excellence et de se concrétiser par le repas d'*iftar*, *ftôr*, qui est la rupture du jeûne. Ce jeûne d'un mois provoque une grande effervescence à la maison et dans les achats. On fait des réserves pour préparer des plats qui se conservent, comme des pâtisseries, des flans, des feuilles de brik. Les denrées comme le sucre, le lait, les légumes, le beurre, les viandes rouges et les lentilles, fèves et pois chiches sont particulièrement recherchées. Le ramadan est surtout un mois de grande sociabilité et convivialité.

❖ LES FÊTES

Les fêtes sont les temps forts de la vie familiale et sociale, c'est dans les agapes et des préparations particulières que se jouent en grande partie ces événements. Jusqu'à la Première Guerre mondiale, les trois communautés juive, chrétienne et musulmane cohabitaient à peu près dans

l'ensemble de la Méditerranée sud. À l'occasion des nombreuses fêtes religieuses chaque communauté partageait avec ses voisins, on s'envoyait des plats et parfois on s'invitait.

Les fruits secs, riches de symboles de prospérité, de génération, de richesse, sont liés à certaines fêtes d'origine agraire tant dans les pays de langue romane qu'en Afrique du Nord où le chef de famille, le jour d'Ashûra distribue largement les *fâkiha*. En Provence, on offre à Noël les sept « mendiants » et en Espagne, les fruits secs accompagnent le menu traditionnel.



Mendiants. © ilkercelek/Fotolia

Les coutumes saisonnières sont liées à la pluie et aux sécheresses ; au Maghreb, on promène une poupée Tadjina, cheveux libres et ceinture dénouée ; ce sont précisément les « rogations » prières qui, en terre chrétienne, sont menées par le curé.



Jeune vendeur de fruits en Turquie. © anubhabroy-Fotolia

❖ LES CUISINES DE RUE

Les échoppes le long des rues et les voitures sur les trottoirs, offrant légumes grillés, brochettes, soupes, fruits « prêts à manger », « sandwiches », gâteaux de toutes sortes et petits pains, yaourts, eau, boissons, marquent l'importance de la restauration de rue dans les villes. Ces cuisines font aujourd'hui le bonheur des touristes. ❖



Vendeur de beignets au caramel, Istanbul, Turquie
©radiokafka-Fotolia

Bien manger : la littérature des médecins et des gourmets



Une page de *Materia Medica*, Dioscorides.
Source gallica.bnf.fr / BnF

Depuis l'Antiquité, le médecin et le gourmet partagent le souci de bien manger. Il ne suffit pas de se nourrir, il faut manger quelque chose de bon pour le corps et l'esprit. La diététique commande l'alimentation. En Méditerranée, la diététique se base sur le système élaboré par Hippocrate (466-377). Elle sera en vigueur pendant tout le Moyen Âge musulman et chrétien et jusqu'au XIX^e siècle.

Au I^{er} siècle, Dioscorides classe dans sa *Materia Medica*, la totalité des drogues et des aliments. Traduit dès le VII^e siècle en syriaque puis en arabe, cet ouvrage fut étudié par tous les médecins musulmans persano-arabes comme Razi (Rhazes) et Ibn Sina (Avicenne), juif andalou Maïmonide et les chrétiens de l'École de Salerne et ce jusqu'au XVII^e siècle.

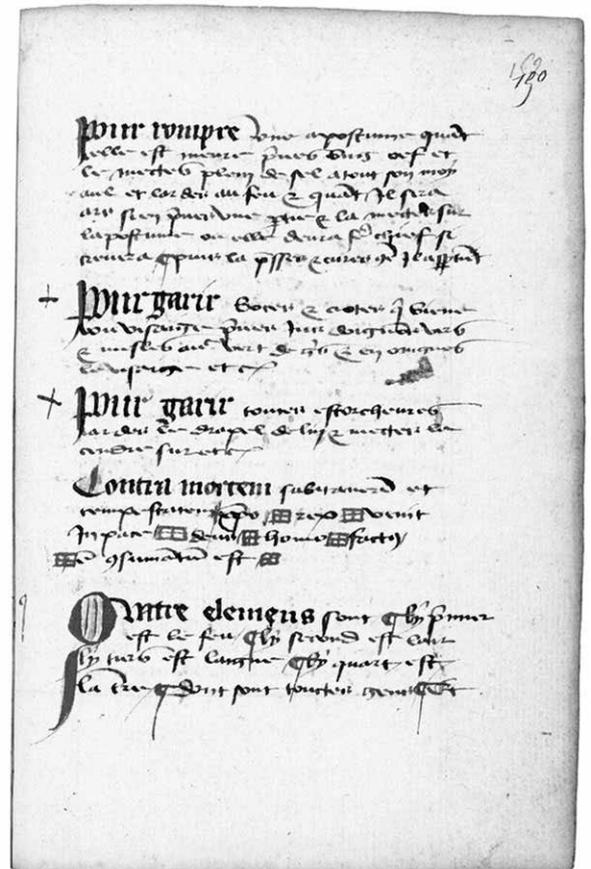
L'alimentation s'est donc toujours située dans un contexte scientifique : les médecins étaient tout à la fois botanistes, pharmacologues, philosophes, préoccupés du maintien de la santé par une alimentation appropriée.

La littérature des gourmets est très bien représentée déjà par le romain Apicius qui a rédigé le plus ancien livre de cuisine au I^{er} siècle, compilé au IV^e siècle. Dans le monde arabe médiéval, les ouvrages sont rédigés dans les cercles princiers à Bagdad, au X^e et XIII^e siècle, à Alep au XIII^e

siècle. En Andalousie, ils sont nombreux avec Abû Marwân Ibn Zûhr, l'Avenzoar médiéval du XII^e siècle, al-Tugîbî au XIII^e siècle, Ibn Khalsûn de Grenade à la fin de ce siècle.

Hippocrate classe le monde en quatre éléments, eau, feu, terre, air qui possèdent chacun, dans des proportions variables, des qualités qui sont le chaud, le froid, le sec, l'humide. Ces qualités se retrouvent dans les mondes végétal, animal et minéral. Ainsi l'eau est froide et humide, le feu est chaud et sec, la terre est froide et sèche, enfin l'air est chaud et humide. ■

Traduction française de manuscrits d'Hippocrate, 1401-1500.
Source gallica.bnf.fr / BnF



Dossier coordonné par Radhia Dziri, IMA
Textes Françoise Aubaile, ethnologue